

pilatesK 熊本店

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/07/11 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Body Balance		Hip & Leg	Basic	Waist		Pre Basic	Back & Spine
Ami,J		mao,F	mao,F	mao,F		Mizuki,O	mao,F
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm		Waist	Body Balance	Back & Arm		Back & Arm	Back & Arm
Anon,F		Ami,J	Ami,J	Anon,F		Anon,F	Anon,F
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
		Back & Spine	Hip & Leg	Basic		Pilates Workout	
		mao,F	mao,F	mao,F		Mizuki,O	
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Waist	Back & Arm			
			Ami,J	Anon,F			
			17:30 ~ 18:30				
			Back & Arm				
			Anon,F				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic	Shape up waist	Pre Basic				Basic	Waist
mao,F	Ami,J	Mizuki,O				mao,F	mao,F
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Waist	Basic	Pilates Workout				Back & Arm	Beauty Conditioning
Ami,J	Ami,J	Mizuki,O				Anon,F	Ami,J
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
jump to burn	Back & Arm	Beauty Conditioning				Hip & Leg	Reset Flow
mao,F	Anon,F	Ami,J				mao,F	Ami,J

pilatesK 熊本店

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	jump to burn	Waist	Back & Arm		Back & Arm	Pre Basic	
	mao,F	Ami,J	Anon,F		Anon,F	Mizuki,O	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Back & Arm	Beauty Conditioning	Shape up waist		Back & Spine	Hip & Leg	
	未定	Ami,J	Ami,J		mao,F	Ayu,N	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Hip & Leg	jump to burn	Back & Arm		Waist		
	mao,F	mao,F	Anon,F		mao,F		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Basic	Waist				
		Ami,J	Ami,J				
		17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 18:30				
		Back & Spine	疑問解消無料ﾋﾟﾗﾃｨｽ				
		mao,F	Ami,J				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Body Balance	Beauty Conditioning				Hip & Leg	Back & Arm	Basic
Ami,J	Ami,J				Ayu,N	Anon,F	Ami,J
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm	Back & Arm				Back & Arm	Waist	Shape up waist
Anon,F	未定				Anon,F	mao,F	Ami,J
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic	Shape up waist				jump to burn	Basic	Back & Arm
Ami,J	Ami,J				Ayu,N	mao,F	Anon,F

🟡：体験可能レッスン

・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 熊本店		【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール						2026/07/11 更新
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Waist	Beauty Conditioning	Hip & Leg		Pre Basic	Back & Spine		Hip & Leg	
mao,F	Ami,J	mao,F		Mizuki,O	mao,F		riko,m	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg	Hip & Leg	Back & Arm		Pilates Barre	Basic		Beauty Conditioning	
Ayu,N	Ayu,N	Anon,F		Mizuki,O	mao,F		Ami,J	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	
Basic	Waist	jump to burn		Back & Arm			Back & Spine	
mao,F	Ayu,N	mao,F		Anon,F			mao,F	
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
	jump to burn	Back & Arm						
	mao,F	Anon,F						
	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 18:30						
	Basic	疑問解消無料ﾄﾞﾗｲｽﾞ						
	Ami,J	mao,F						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist				Hip & Leg	Body Balance	jump to burn	Back & Arm	
Ami,J				riko,m	Ami,J	mao,F	riko,m	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg				Back & Arm	Pre Basic	Back & Arm	Pilates Workout	
Ayu,N				Anon,F	Mizuki,O	Anon,F	Mizuki,O	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Body Balance				Waist	Back & Arm	Hip & Leg	Pilates Barre	
Ami,J				Ami,J	Anon,F	mao,F	Mizuki,O	

pilatesK 熊本店		【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール					
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Shape up waist	Basic		Beauty Conditioning	Body Balance		Back & Spine	
Ami,J	Ami,J		Ami,J	Ami,J		mao,F	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Back & Arm	Pilates Workout		jump to burn	Back & Arm		Hip & Leg	
Anon,F	Mizuki,O		Mizuki,O	Anon,F		mao,F	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg	Hip & Leg		Waist			Back & Arm	
riko,m	riko,m		mao,F			Anon,F	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Beauty Conditioning	Pilates Barre						
Ami,J	Mizuki,O						
17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 18:30						
Back & Arm	疑問解消無料ﾄﾞﾗｲｽﾞ						
Anon,F	Mizuki,O						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
			Back & Arm	Hip & Leg	Basic	Waist	
			Anon,F	mao,F	Ami,J	Ami,J	
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
			Hip & Leg	Back & Arm	Back & Spine	Body Balance	
			riko,m	Anon,F	mao,F	Ami,J	
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
			Basic	Waist	Beauty Conditioning	Back & Arm	
			mao,F	mao,F	Ami,J	Anon,F	

 : 体験可能レッスン
 ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切つてのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。